

**GAP** | À l'Assemblée nationale, un amendement a été voté le 10 avril dernier

## Du sport sur ordonnance



Alain Delebarre (à gauche) avec quelques adhérents de la Cami Hautes-Alpes qui participent à leur seconde séance de "yoga run".

Vendredi 10 avril, les députés ont voté à l'unanimité un amendement sur la prescription de l'activité physique par les médecins. Celui-ci dit : "Dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'une maladie de longue durée, le médecin traitant peut prescrire une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient". Cette adoption est une grande avancée pour les patients et vient conforter le travail de l'association Cami sport et cancer depuis plusieurs années.

La Cami sport et cancer est la fédération nationale référente en France concernant l'activité physique et sportive en cancérologie. Elle prend en charge tous les patients, quels que soient la

pathologie cancéreuse, le moment du parcours de soin et les effets secondaires des traitements, à travers des cours de pratique physique et sportive spécifiquement conçus et encadrés.

### Yoga et marche active

À Gap, Alain Delebarre est éducateur sportif et titulaire du diplôme universitaire "Sport et cancer". Il enseigne différentes formes de yoga au sein de l'association Académie de yoga située aux Eyssagnières. Il est également formé sur une méthode pédagogique unique, Le Médiété®, dont le but est la réappropriation du corps, l'amélioration de la qualité de vie, la diminution de la fatigue et du risque de récurrence.

Les Hautes-Alpes étant une terre de sportifs, les ad-

hérents de la Cami se sont lancé un défi, celui de participer à la prochaine édition de l'Ultra Champsaur le 5 juillet prochain, sur le parcours de 5 km.

Pour les préparer à cette échéance, Alain Delebarre propose des séances de "yoga run", le dimanche à Charance. Un échauffement de yoga, puis une sortie de marche active sur les chemins forestiers. L'effort est doux et mesuré, les bénéfices évidents, comme pour toute sortie en plein air.

Les trois prochaines séances auront lieu les 17 mai, 14 et 21 juin.

La participation est ouverte à tous, les inscriptions se prennent auprès de Corinne Roussel au 06 85 45 69 25.